

موانع اختبار الجهد البدني

د. خالد بن صالح المزيني

(المصدر: كتاب تحت الإعداد للدكتور خالد المزيني)

هناك بعض الأفراد الذين ربما تغلب مضار اختبار الجهد لديهم على فوائده ، لذلك لا بد من جمع المعلومات اللازمة للتأكد من أن المعلومات الناتجة من هذا الاختبار سوف تفوق فوائدها المخاطر المترتبة عليه . جدول (٣ - ٩) يوضح الموانع النسبية والمطلقة لإجراء اختبار الجهد البدني ، ويفترض عدم إجراء اختبار الجهد البدني للأفراد الذين لديهم موانع مطلقة حتى يتم استقرار الحالات التي لديهم ، أما الأفراد ذوات الموانع النسبية فيمكن إجراء الاختبار لهم ولكن بعد وزن الفوائد بالمخاطر (نسبة المخاطر على الفوائد) . لاحظ أن هذه الموانع (٣ - ٩) ربما لا تنطبق على بعض الحالات الإكلينيكية مثل بعد الجلطة القلبية أو العملية الجراحية أو حينما يكون هناك حاجة أو فائدة من العلاج بالأدوية . وأخيراً لاحظ أن هناك ظهوراً لبعض الحالات التي قد تعطى تشخيص غير دقيق لتخطيط القلب (EGG) أثناء الاختبار (مثل LBBB) . لكن يظل الاختبار يقدم معلومات مفيدة عن سعة الجهد واستجابة بعض متغيرات الدم للتمرين .

التعليمات الخاصة بالمفحوص

- إن إعطاء تعليمات واضحة ودقيقة قبل البدء باختبار الجهد سوف يزيد من مصداقية ودقة الاختبار. يمكن إعطاء معلومات مكتوبة للمفحوص مقدماً بحيث تحتوي على شرح للفحص الذي سوف يتم ، متى ما كان ذلك ممكناً ، حتى يتمكن المريض أو المفحوص من الاستعداد . النقاط التالية لا بد من إدراجها في التعليمات الأولية، لكن لاحظ أن هناك بعض التعليمات التي تتغير بتغير نوع الاختبار وأهدافه .
- لا بد من الامتناع عن الطعام أو المشروبات التي تحتوي على كافيين أو كحول أو تبغ في حدود ثلاث ساعات تسبق الاختبار .

- لابد من الراحة من أجل القياسات ، لذلك لا بد من تفادي أي مجهود عنيف أو تمرين في نفس يوم القياسات .
- لابد أن تسمح الملابس بحرية الحركة (يتضمن ذلك حذاء مشى أو ركض)
- لابد أن يعرف المفحوص مدى الجهد الذي سوف يقدمه بحيث إذا كان ذلك متعباً جداً فيمكن له الاتفاق مسبقاً مع صديق حتى يقوم بتوصيله بعد الاختبار .
- إذا كان الفحص (الاختبار) تشخيصي فإن ترك الدواء الخاص بالجهاز القلبي الوعائي سوف يساعد كثيراً ولكن لابد من أخذ الموافقة المسبقة من الطبيب .
- إذا كان الفحص لغرض وظيفي فعلى المفحوص الاستمرار في أخذ الدواء في الموعد وذلك حتى تكون الاستجابة للجهد متفقة مع تلك المتوقعة من التدريب
- على المفحوص إحضار قائمة الأدوية متضمناً ذلك الجرعة والتكرار وتدوين آخر جرعة أخذت كبديل ، يمكن إحضار الأدوية إلى الاختبار .

جدول (٣-٩) موانع استخدام اختبار الجهد البدني.

الموانع المطلقة :

- تغيرات معنوية وحديثة في تخطيط القلب أثناء الراحة مما يعد مؤشراً على وجود جلطة قلبية أو أزمة قلبية حالية.
- مضاعفات حديثة لجلطة قلبية (فيما عدا استقرار حالة المريض وعدم وجود ألم) .
- ذبحة غير مستقرة .
- عدم انتظام بطيبي لا يمكن التحكم به .
- عدم انتظام أذيني لا يمكن التحكم به ومؤثر سلبياً على وظيفة القلب .
- انسداد من الدرجة الثالثة في المنطقة الأذينية البطينية بدون وجود ضابط إيقاع القلب .
- إخفاق احتقاني حالي للقلب .
- تضيق حاد في الأهر (الأورطي) .
- حالة معروفة أو مشكوكه لأم الدم (انورسما)
- التهاب (أو شك) التامور أو عطل في القلب .
- التهاب الوريد الخثاري أو تجلط أو تخثر في القلب .
- انسداد رئوي أو نظامي حديث .
- التهاب حالي .
- ضيق عاطفي معنوي (تشويش نفسي) .

الموانع النسبية :

- ضغط دم انبساطي < ١١٥ ملميمتر زئبق أو ضغط دم انقباضي < ٢٠٠ ملميمتر زئبق أثناء الراحة .
- مرض (معتدل) في صمامات القلب .
- نشاط كهربائي غير سوي (نقص البوتاسيوم ، نقص المغنيسيوم) .
- ضابط إيقاع القلب (محدد المعدل) (نادر الاستخدام) .
- إشارات بطينية متكررة أو مركبة .
- أم الدم (انورسما) بطينية .
- مرض أبيض (في الاستقلاب) لا يمكن التحكم به (مثل السكري ، التسمم الدرقي ، قصور الغدة الدرقية) .
- أمراض مزمنة معدية (مثل الإيدز ومرض الكبد الوبائي) .
- أمراض الجهاز العصبي-العضلي ، الجهاز العضلي-الهيكلية ، أو التهاب المفاصل التي يمكن أن تتفاقم مع التمرين .
- الحمل المتقدم أو المتضاعف .